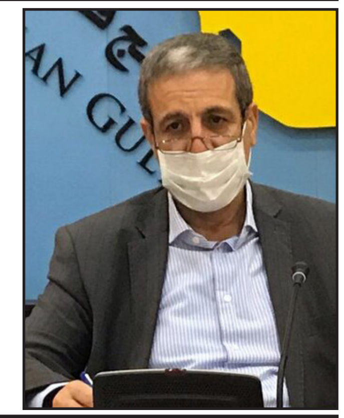
نسیم جنوب
www.nasimjonoub.com
سال بیست و سوم- شماره ۹۱۱ دوشنبه ۲ اردیبهشت ۱۳۹۹ - ٤ صفحه - ۱۰۰۰ تومان



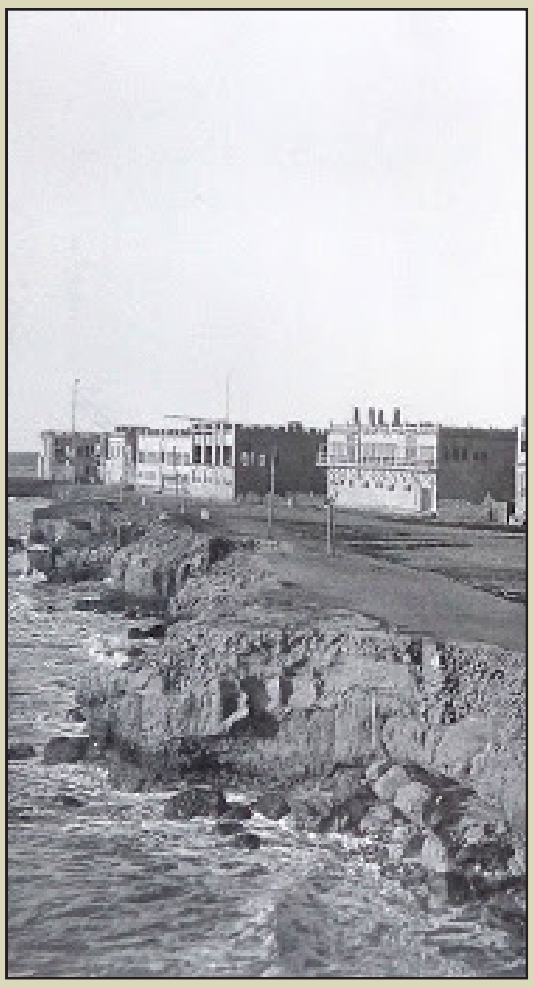
استاندار بوشهر:
جامعه باید همچنان نسبت به کرونا حساس باشد
صفحه۳

اعتراض به رئیس‌جمهور درباره توزیع حق آلایندگی عسلویه به استان‌های همجوار
صفحه۴

مصاحبه با دکتر مولود کیخسروانی روانشناس و عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی بوشهر:
راهکارهای عملی برای آشنائی و توضیح شرایط کرونایی به کودکان
صفحه ۳



اسیر استرس کرونا نشویم
مواظبت از سیستم ایمنی روان در مقابل کرونا
یونس قیصی زاده
صفحه ۴



بوشهر و معاصر شدن مدنیت
سید محمد بهشتی
صفحه۲

خبر
شماره ۹۱۱ دوشنبه ۲ اردیبهشت ۱۳۹۹
NASIM JANOUB

بوشهر و معاصر شدن مدنیت

سید محمد بهشتی

هرچند بنا به یافته‌های باستان‌شناسی سکونت در شبه‌جزیرهٔ بوشهر سابقه‌ای از دوره عیلامی دارد، اما شهر بوشهر همچون تهران در قیاس با دیگر شهرهای ایران، نوپاست؛ تقریبا همزمان با تهران از اواخر صفویه مورد توجه قرار گرفت، و در فاصلهٔ سقوط شاه سلطان حسین تا فرمانروایی کریم خان زند تلاش‌ها برای سرمایه‌گذاری جدی در آن به سرانجام رسید. تا جایی که به قطبی در مقیاس منطقه‌ای تبدیل شد و حتی اکثر تجارتخانه‌های معتبر را از بندرعباس و غیره به سوی خود جلب کرد.

وقتی دربارِ فتحعلیشاه در پایتختِ تازه‌تأسیس، با رفت و آمد نمایندگان فرانسه و عثمانی و سپس کمپانی هند شرقی انگلیس، در معادلات بین‌المللی به یکی از مراکز رایزنی مربوط به جنگ‌های ناپلئونی تبدیل شد، این بوشهر بود که نقش پرترددترین دروازه ایران را برای آن ایفا کرد.

وقتی در مهم‌ترین بحران انتهای سلطنت محمد شاه و ابتدای سلطنت ناصرالدین شاه، تمام عزم دولت ایران معطوف به حل مسئله هرات بود، بوشهر نقشی تعیین کننده در یکسره شدن تکلیف ماجرا پیدا کرد. انگلستان با اشغال خارک و بوشهر، نقاب مصالحه‌جویی را که تا این زمان به چهره داشت کنار گذاشت و ماهیت خشن استعماری خود را آشکار کرد؛ این که هر کجا منافعش تهدید شود، هر هزینه‌ای خواهد پرداخت.

وقتی در سنگلج تهران شورشی برای تحریم تنباکو رخ داد و دولت را مجبور به نقض عهد خود با کمپانی رژی و پرداخت خسارت سنگین با گرفتن وام از بانک شاهی انگلیس کرد، این بوشهر و گمرکاتش بود که سهم اصلی این تعهد را برعهده گرفت.

وقتی خط تلگراف به عنوان نخستین نمود عینی و حیرت‌آور جهان جدید به ایران رسید، این بوشهر بود که چند سال پیش از تهران صاحب تلگرافخانه در محله بهمنی شد.

وقتی بانک شاهی (انگلستان) در طول دوران انحصار خود بر اقتصاد ایران، کیسه ایران را از فلزات گرانبها و سنگ‌های قیمتی خالی کرد تا کشور در پنجه فقری ناعادلانه گرفتار شود، این شعبه بوشهر آن بانک بود که بیشترین فعالیت محرمانه را در زمینه خروج این سرمایه‌ها انجام داد.

وقتی تجّار و بازرگانان تهرانی در تلاش برای تاسیس کمپانی به سبک اروپایی دست به آزمون و خطاهایی بی‌نتیجه می‌زدند، این بوشهر بود که میزبان شعبه کمپانی‌های انگلیسی و آلمانی مانند گری پال و زیگلر و غیره بود و پا به پای آنها نیز تجارتخانه‌های معظم ایرانی نیز فعالیت می کردند.

وقتی تهران در نزدیکی مرز امپراتوری روسیه ناچار شده بود تن به حضور بریگاد قزاق بدهد و تنش از صدای توپ‌های روس بر مجلس نوپای مشروطه بلرزد و همواره نگران حمله قوای آنان باشد، روس‌ها در بوشهر با ترس و لرز گام برمی‌داشتند و نفوذی نداشتند.

وقتی آلمان‌ها در پیشبرد نقشه خود برای تصرف سهمی از بازار استعمار جهان، خود را ناتوان از به سرانجام رساندن خط آهن بغداد ــ تهران یافتند و به ساختن یک مدرسه در پایتخت بسنده کردند، خط کشتیرانی کمپانی هامبورگ – آمریکای ایشان به بوشهر تردد می کرد و همچون خاری در چشم انگلیسی‌ها بود.

وقتی کل بودجه دولت مشروطه ایران در ۱۲۸۸ش که می کوشید با دشواری هرچه تمام امورات خود را بگذراند ۱۴ میلیون تومان بود، ۸۰۰هزار تومان از این بودجه را گمرک بوشهر تامین می کرد. از سوی دیگر در حالی که کل مالیات منطقه بوشهر حدود ۲۰ هزار تومان بود، ارزش دارایی‌های موجود در انبار تجارتخانه‌های آن که آماده صادرات یا واردات بودند سر به هفت میلیون تومان می گذاشت.

آخر سر هم وقتی رضا شاه با اشغال ایران توسط متفقین در شهریور ۱۳۲۰ تهرانی که در سایه تهدید تصرف قوای شوروی بود را با عجله ترک کرد، از راه بوشهر قدم از خاک ایران بیرون گذاشت.

بدین ترتیب بوشهر نیز همچون تهران به سرعت شهر شد و شکوفا گشت. بومیان بوشهر که به شنبدی‌ها معروف بودند و در محله‌ای به همین نام از طریق صیادی روزگار می‌گذراندند به سرعت در میان جمعیت پرشماری که از همه جای ایران به بوشهر می‌آمدند و از رهگذر تجارت و دریانوردی کسب ثروت می کردند، جذب شدند. مدنیت بوشهری، ضمن قوام یافتن، هم چنان پیوند عمیق و پردامنه‌اش را با عشایر متنوع منطقه‌ای وسیع در دشت‌ها و کوهستان‌های پیرامون حفظ کرد؛ همان ها که تأمین امنیت راه و قلمرو را برعهده داشتند. آبادانی بوشهر بر اثر همکاری دو بازوی «شهری» و «صحرایی» محقق شد. بدینسان بوشهر در مدت کوتاهی به مظهر جدیدی برای فرهنگ ایرانی تبدیل شد که دستاوردهای درخشانی از رجال، نویسندگان، مشاهیر، سنن و آیین‌ها، موسیقی، خوراک بر خزانهٔ فرهنگ ایرانی افزود.

در دورهٔ معاصر که تهران به رشد و تکاپوی خود همچنان ادامه می‌داد، رونق بوشهر اما به مرور کمتر می‌شد؛ یک سو مسئله نفت بود و سوی دیگر رشد شدید واردات. وابستگی ناوگانِ دریایی امپراتوری بریتانیا به نفت پالایشگاه آبادان، در آن جا معرکه‌ای به پا کرد. پس از آن که اقتصاد کشور به درآمد نفتی وابسته شد پس از آبادان، خارک و ماهشهر نیز وارد میدان شدند. از سوی دیگر رونق اقتصادی حاصل ثروت بادآوردهٔ نفت، مقدمات وابستگی ایران به کالاَهای خارجی را فراهم آورد و با راه‌اندازی اسکله‌های مجهز بندرعباس، بار اصلی گمرکی کشور از بوشهر برداشته شد و آن را به بندری کم‌اهمیت‌تر تنزل داد. بطوری که امروز با آن که قطب‌های استخراج، تولید و صادرات انرژی گاز و نفت و هسته‌ای کشور (مثل پارس جنوبی و خارک و نیروگاه اتمی) همگی در استان بوشهر قرار گرفته اما این موقعیت راهبردی هیچ از محرومیت و دورافتادگی بوشهر نکاسته است. با همه اینها بوشهر همچنان دارای شخصیتی منحصربفرد است که آبادان یا بندر عباس هرگز نتوانستند بدان دست یابند. مدنیت آبادان محصول چهار دهه آمیزش تنگاتنگ سنت استعماری انگلستان با تنوع فرهنگی گسترده‌ای به اندازهٔ تمام ایران در دایرهٔ یک شهر بود که حتی پس از ملی شدن صنعت نفت خود را حفظ کرد و ویرانی جنگ بود که به افول آن انجامید. بنابراین آبادان اگرچه منشأ تحولات گوناگونی در ایران معاصر بوده و شهرت ملی یافته اما در تمام دوران حیات کوتاه خود گرفتار مواجهه با هیبت پدیدهٔ دنیای مدرن بود. در آبادان با آن که برایند فرهنگ مهاجرین ویژگی‌های منحصر بفردی را پدید آورده بود ولی از آن جا که بهانهٔ اصلی مدنیت پالایشگاه بود، با آغاز جنگ و منتفی شدن فعالیت پالایشگاه، این جمعیت پراکنده شدند. این اتفاقی بود که برای بوشهر به این ترتیب روی نداد. بندرعباس نیز هرچند رشد کالبدی و جمعیتی بزرگی را در چند دهه اخیر تجربه کرده است اما در منظومهٔ نظام مدیریتی پسانفتی ایران که به شدت تمرکزگرا و وابسته به توزیع درآمد نفتی از مرکز بوده، جز یک بارانداز که حجم انبوه کالاهای مصرفی مورد نیاز مرکز را وارد کشور می کرد، فرصت دیگری برای عرض اندام نیافته است.

آن چه در بوشهر در شرف وقوع بود مثال خوبی برای «معاصر شدن» مدنیت است و آن چه بعدتر در آبادان رخ داد مثالی برای «مدرن شدن». در سدهٔ نوزدهم بوشهر شهری بندری بود که از نظر میزان تجارت، عمران و آبادانی، جمعیت و ثروت، ارتباطات جهانی و امکاناتی از این دست در ایران و حتی کل حوزهٔ خلیج فارس رقیب نداشت. تمامی دولت‌های بزرگ در بوشهر کنسولگری داشتند و ده‌ها تجارتخانهٔ ایرانی و خارجی در بوشهر مستقر بودند. خدمات پستی، تلگرافی و بانک در آن جا وجود داشت. بوشهر همهٔ مختصات یک شهر دروازه‌ای را دارا بود؛ تنوع ادیان و مذاهب، استقرار کنسولگری، چندین کلیسا و کنیسه، توسعهٔ مؤسسات مالی و تنوع مشاغل و طبقات اجتماعی. بوشهر مرکز دایره‌ای به شعاع کل سرزمین ایران بود؛ واجد جمعیتی مشتمل بر بومیان و مهاجرین. اما در همان حال کیفیات اختصاصی خود را داشت؛ همهٔ مظاهر تمدنی جدید هیچ از بروزات فرهنگ اختصاصی بوشهر نکاسته که بر آن افزوده بود. تعدد تجارتخانه‌ها و ساخت بناهای جدید هرچند طرزی نو داشت اما هم چنان منطبق بر معماری خاص آن ناحیه بود و چنان که سدید السلطنه حدود صد سال پیش آورده «طرز عمارت بین طرز قدیم و جدید ساخته می‌شود». آیین‌ها و مراسم عزاداری و عروسی و خیام‌خوانی به همان ترتیب به قوت خود باقی بود. در مدرسهٔ سعادت بوشهر هم فارسی و عربی تدریس می‌شد و هم انگلیسی و فرانسه. ناخدا عباس بوشهری مدرک بین‌المللی دریانوردی داشت و در کشتی‌اش پیانو می‌نواخت و هم بسیاری ابیات شعرای پارسی‌گوی را در حافظه داشت، در عزاداری‌ها نوحه می‌خواند و در مدح اهل بیت شعر می‌سرود.

اتکای بوشهر بر ریشه‌های فرهنگ ایرانی، تکلیفش در مواجهه با جهان جدید را روشن کرده بود و آن را در مسیر معاصر شدن قرار داده بود. معاصر شدنِ مدنیت، همچون تکوین درخت، بخشی از فرایند حیاتی آن است که بالندگی آن را تضمین می کند. معاصر شدن در این معنی امری تدریجی و زیرپوستی است. در معاصر شدن تغییرات ژرف درونی است که به آرامی در ظاهر خود را نشان می‌دهد و به ثمرات تازه و آبداری می‌رسد. تغییرات ناشی از معاصر شدن وجودی و بادوام است. معاصر شدن همه‌جانبه است و در همهٔ اجزاء و ارکان حیاتی یک امر همزمان اسباب تحولاتی می‌شود. معاصر شدن امری کیفی است و روح حیات و سرزندگی را در کوچکترین اجزاء مدنیت می‌دمد. معاصر شدن هر موجود حیاتی در مسیر خاص خود روی می‌دهد و منحصر بفرد بودن موجودیت آن را حفظ می کند.



تغییر در نقش تجارتی بوشهر، در مسیر معاصر شدن آن اختلال پدید آورد. پس از آن شهری که پیشخوانِ مواجههٔ ما با جهان جدید بود یعنی آبادان، گویی تَسلیم سرعت تغییرات و تحولات شده بود. آبادان هیچ پیشینهٔ مدنی‌ای نداشت و بر ریشه‌های عمیقی استوار نبود و بنابراین معاصر شدن در باب آبادان نمی‌توانست معنا داشته باشد. در آبادان بیش و پیش از هر شهر دیگر در ایران شاهد پدیدهٔ مدرن شدن مدنیت‌ایم. مدرن شدن، تقلید از معاصر شدنِ فرهنگ غربی است. تحولاتی که در مدنیت به تبع مَدرن شدن رخ می‌دهد، هرقدر سریع و چشمگیر باشد، اما ژرف و بنیادین نیست و به همان نسبت قوام و دوام کافی ندارد. مدرن شدن نامتوازن است و تنها در ابعادی امکان تحقق پیدا می کند. شهرهای مختلف طی روند مدرن شدن نه تنها کیفیات منحصر به‌فردی کسب نمی کنند که ویژگیهای منحصر بفردشان را از دست می‌دهند.

بوشهر مثال یک شهر ایرانی در مقیاس ملی است همچون تهران. اندامی است از اندامهای پیکری واحد که ایران می‌خوانیمش. مَثَل بوشهر در نسبت با فرهنگ ایرانی همچون کسی است که در طوفان سهمگین سلطه استعمار بر جهان، که همه چیز را از جایش اخراج می‌کرد، دورانی کوتاه تجربهٔ عشقی روح‌افزا را از سر گذراند و در همان اندک مجالی که برای همنشینی یافت از آن طرفی بربست. ظاهر امروزین او هرچند تکیده و خسته است اما هنوز هم در عمق چشمانش حکایت دلدادگی خواندنی است؛ این همان کیفیت یگانه‌ای است که در آبادان یا بندرعباس و دیگر بنادر پس از آن تکرار نشد.

تقدیر نیروهای ارتش از کادر درمانی بیمارستان شهدای خلیج فارس بوشهر



ایسنا/بوشهر در راستای ارج نهادن به مجاهدت‌های مدافعان سلامت، فرمانده پایگاه شکاری شهید یاسینی بوشهر از کادر درمانی بیمارستان شهدای خلیج فارس تقدیر کرد.

بیمارستان شهدای خلیج فارس، مرکز ریفرال نگهداری از بیماران مبتلا به کرونا در استان بوشهر است که پیش از ظهر امروز امیر طالب زاده، فرمانده پایگاه هوایی بوشهر به همراه گروه موزیک و نیروها و خودروهای ضدعفونی به این بیمارستان رفته و از تلاش کادر درمانی تقدیر کردند.

همچنین نیروهای ارتش بوشهر یاد و خاطره دکتر «غلامرضا فخری»، از پزشکان متعهد و فعال استان بوشهر و شهرستان دشتستان که در روزهای اخیر به علت ابتلا به بیماری کووید ۱۹ به خیل شهدای مدافع سلامت پیوست را گرامی داشتند.

سمن‌های بوشهر پیشگام فعالیت‌های مردمی در بحران کرونا

بوشهر- ایرنا- مدیرکل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری بوشهر گفت: سازمان‌های مردم نهاد (سمن‌ها) در صف اول فعالیت‌های مردمی در حوزه مبارزه با کرونا قرار دارند.

محمد مظفری به رسانه‌ها اعلام کرد: در پی شیوع ویروس خطرناک و واگیردار کرونا در کشور سازمان‌های مردم نهاد نیز پا به پای سازمان‌ها و نهادهای امدادی و پزشکی و دیگر گروه‌های مردمی و داوطلب در عرصه سلامت جامعه و مقابله با این ویروس حضور یافته و تاکنون منشأ خدمات ارزنده‌ای به جامعه شده‌اند.

وی اظهار داشت: در پی استقرار نیروهای هلال احمر در مبادی ورودی و خروجی شهرهاسازمان های مردم با مشارکت و همراهی در قالب نیروهای هلال احمر کمک بسیار خوبی در کنترل ورودی های استان داشتند

مظفری با اشاره به کمبودهایی که در تهیه و توزیع ماسک و دیگر اقلام بهداشتی مرتبط با ویروس کرونا وجود داشت، ادامه داد: ۱۵ سازمان مردم نهاد استان بوشهر از روزهای اول شیوع کرونا به صورت اختصاصی در زمینه ساخت و تولید ماسک، انواع دستکش، شیلد، گان(لباس بیمارستانی)، لباس مخصوص استریل شده پزشکان بیمارستان‌ها، آستین بهداشتی در زمینه تولید و توزیع میان کادر درمانی فعال هستند.

مدیرکل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری بوشهر بیان کرد: همچنین ۱۸ سمن نیز در زمینه تهیه پد الکلی، دستکش، ژل ضد عفونی کننده و الکل و توزیع میان کودکان کار، بیماران سرطانی، دیابتی، سالمندان و عموم مردم اقدام های مؤثری انجام داده‌اند.

وی افزود: ضد عفونی کردن و گندزدایی معابر و اماکن عمومی در کاهش ابتلا به این ویروس نقش موثری دارد در همین ارتباط بیش از ۲۰ سمن با مشارکت گروه‌های سازمان یافته بسیج به صورت شبانه روز مشغول به کار هستند.

شهروندان بوشهری از حضور در تجمعات خودداری کنند

بوشهر- ایرنا- معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی بوشهر گفت: مردم ازحضور در مراسم تدفین، ختم یا هر برنامه‌ای که باعث تجمع افراد می‌شود خودداری کنند.

دکتر جعفر زارعی‌زاده در حاشیه بازدید از بیمارستان امام خمینی(ره) کنگان افزود: خیلی از افرادی که نتیجه تست کرونای آنها مثبت بوده، پس از بررسی مشخص شده این ویروس از تجمع‌های مختلف به آنها منتقل شده که نتیجه آن درگیر شدن کل خانواده با این ویروس بوده است و این موضوع کار را برای کنترل شیوع ویروس سخت می کند.

وی اضافه کرد: پیشنهاد ما برای کنترل و ریشه‌کن کردن ویروس کرونا، در خانه ماندن و پرهیز از حضور غیرضروری درشهر است.

زارعی‌زاده اظهار کرد: موضوع ایمنی و حفاظت از کارکنان مرکز درمانی بیمارستان امام خمینی (ره) کنگان در امر مقابله با کرونا به خوبی انجام می‌شود و استمرار این موضوع تا ریشه کن شدن کرونا باید ادامه داشته باشد.

دکتر ناصر امینی، روانشناس:

حمایت مالی اعتباری از مراکز مشاوره بوشهر ضروری است



استاد روان شناسی و عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی بوشهر گفت: شرایط پیش آمده ناشی از ویروس کرونا حمایت‌های مالی و اعتباری از مرکزهای مشاوره را ضروری کرده‌است.

ناصر امینی در گفت و گو با ایرنا افزود: کرونا کارهای بسیار زیادی را تحت تاثیر قرار داده و بسیاری از صاحبان کسب و کارهای کوچک را به معرض ورشکستگی کشانده‌است.

وی بیان کرد: در این میان مراکز مشاوره نیز که جزو مراکز غیرتجاری هستند و سطح درآمد آنها با توجه به میزان سرمایه‌گذاری از بسیاری کسب و کارها هم پایین‌تر است نیز از این زیان متضرر شده‌اند.

این استاد دانشگاه ادامه داد: فعالیت نداشتن مراکز مشاوره از حدود ۲ ماه پیش تاکنون، آینده نامعلوم و افزایش هزینه‌های رهن و اجاره بویژه در سال پیش رو و استیجاری بودن بیشتر مراکز از جمله دلایلی است که به مراکز روان‌شناسی ضربه می‌زند.

امینی ادامه داد: کاهش سهم توجه به سلامت روان در سبد هزینه خانواده با توجه به تورم بالای ۴۰ درصد که اولویت هزینه در خانواده‌ها را به سمت نیازهای اولویت دار سوق داده از دیگر مشکلات مراکز مشاوره در این روزها است.

وی یادآور شد: تداوم حضور و مراجعه کم رنگ مراجعان به مراکز مشاوره (بافرض شروع فعالیت) با توجه به نگرانی‌های موجود در زمینه انتقال ویروس، افزایش چشمگیر سایر هزینه‌های جانبی مراکز مشاوره درسال جاری و بسیاری عوامل دیگر منجر به بروز مشکلات جدی برای آنها و روان درمانی خواهد شد.

امینی اضافه کرد: این که نیاز به خدمات مشاوره و مراجعه به روانشناسان دوچندان شده و ضرورت خدمات سلامت روان بیش از هر زمان دیگری احساس می‌شود ولی به علت بی توجهی به این صنف تخصصی بسیار ضروری و موثر، بیم آن می‌رود در شرایطی که جامعه بطور جدی و روزافزون به خدمات حرفه‌ای روانشناسان و مشاوران نیاز ضروری دارد این متخصصان بامشکلات جدی برای تداوم فعالیت مواجه شوند.

وی گفت: ضرورت ایجاب می کند که دولت‌مردان حمایت ازصنف روان‌شناسان و مشاوران را هم در برنامه‌ریزی‌های خود مدنظر قرار دهند و با راهکارهایی همچون کمک های بلاعوض، وام و تسهیلات بدون سود و بیمه خدمات روانشناسی و مشاوره و روانشناسان و مشاوران فاقد بیمه‌های فراگیر دین خود را به این قشر خدوم و تاثیرگذار ادا کنند.

همه محله‌های بوشهر گندزدایی می‌شود

بوشهر- ایرنا- مدیرعامل سازمان پسماند شهرداری بوشهر گفت: برای پیشگیری از شیوع ویروس کرونا همه محله‌های این بندر ضدعفونی و گندزدایی می‌شود.

عبدالله کردگار به رسانه‌ها اعلام کرد: از نخستین روزهای اعلام رسمی انتشار ویروس کرونا در کشور، در کنار تشکیل ستادهای کشور و استانی، ستادی نیز در شهرداری بوشه شکل گرفت و وظایفی در زمینه مقابله با شیوع این ویروس برای سازمان های تابعه تعریف کرد.

وی با اشاره به وظایف این سازمان پس از شکل گیری ستاد مبارزه با کرونا در شهرداری بندر بوشهر،افزود: در اولین گام ضمن تشریح خطرهای بالقوه انتقال ویروس کرونا، آموزش های کاربردی لازم به پاکبانان و عوامل جمع‌آوری پسماندها انجام و ماسک و سایر وسائل محافظتی بین این افراد توزیع شد.

مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری بندر بوشهر اضافه کرد: از آن جا که نگران انتقال ویروس کرونا از زباله‌های خانگی بودیم تا ۱۶ فروردین ماه تفکیک این نوع زباله‌ها را منع کردیم تا زمینه انتقال احتمالی ویروس بسته شود.

کردگار با اعلام این که کار برداشت پسماندها از ابتدای شروع انتشار ویروس کرونا در اوائل اسفندماه با سرعت و دفعات بیشتری در سطح معابر اصلی و محلات بوشهر انجام شد، بیان کرد: این سازمان فقط طبق پروتکل‌های بهداشتی و براساس قرارداد با تولید کنندگان پسماند عفونی به حمل و نقل پسماندهای عفونی بی خطر سازی شده بیمارستان‌های دولتی و مراکزی که مجهز به سیستم اتوکلاو مخصوص بی خطر سازی پسماندهای عفونی است، اقدام می کنند.

مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری بندر بوشهر یادآور شد: در حالی برای حمل پسماندهای اتوکلاو شده، از کارگران آموزش دیده با لباس کار ویژه و خودروی مکانیزه مربوط به سازمان که ویژه پسماندهای عفونی است استفاده می‌کنیم که از نظر ارگان‌های نظارتی و طبق قانون، می‌توانستیم از خودروها معمولی حمل پسماند استفاده کنیم.

کردگار ادامه داد: این سازمان بعد از حمل و نقل پسماندهای بی خطر سازی شده، آنها را در سایت دفن و مجزا از پسماندهای عادی و بر طبق دستورالعمل‌های بهداشتی و با آهک به صورت مکانیزه دفن می کند.

معمای قبوض آب با مبالغ بالا در استان بوشهر
محاسبه علی‌الحساب آب مصرفی

ایسنا/بوشهر - در مدت اخیر صورتحساب های آب با مبالغ بالا تبدیل به دغدغه‌ای برای مردم شده است، شهروندان می گویند که قبض آب دریافتی در یک ماه اخیر بیشتر از مبلغ صورتحساب های دی و یا بهمن ماه بوده و گاه از ۳۰ هزار تومان به ۳۰۰ هزار تومان افزایش یافته و این علامت سوالی است برای مردم که این افزایش از کجا آب می‌خورد.

گفته می شود حتی افرادی که در منزل نبوده و به تبع مصرفی نیز نداشته اند قبض های تا ۵۰ هزار تومانی دریافت کرده بودند در حالی که تا پیش از نوروز ۹۹ این مبلغ بین ۵ تا ۸ هزار تومان بوده است!

اما معمای این قبوض آب با مبالغ بالا چیست؟ عبدالحمید حمزه پور، مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان بوشهر در این باره می گوید: به علت وضعیت پیش آمده ناشی از کرونا و در راستای طرح فاصله گذاری تلاش کردیم تا دیگر مامور به درب منازل شهروندان مراجعه نکند، لذا برای انباشت نشدن بدهی های مردم قبوضی به شکل علی الحساب بدون افزایش تعرفه و معادل مشابه مصرف دوره مشابه سال قبل صادر و به صورت پیامکی برای مشترکان ارسال شده به این معنی که هیچ بدهی بابت این قبوض برای مشترک لحاظ نمی شود بلکه به صورت علی الحساب محاسبه شده است.

وی ادامه می دهد: در این بین مشترکینی هم بودند که به علت بدهی قبلی و یا عدم امکان قرائت در دوره یا دوره های قبل مصرف حداقلی ۲۰ مترمکعب منظور گردیده و اطلاع رسانی لازم هم شده که این قبوض علی الحساب بوده و پس از فراهم شدن شرایط قرائت کنتور در صورت پرداخت و مغایرت با مصرف واقعی که از طریق قرائت کنتور صورت خواهد گرفت قبض مربوطه اصلاح خواهد شد و قبض های علی الحساب به عنوان بدهی مشترک منظور نمی شود. در دوره بعدی که شرایط بهبود یافته و ویروس کرونا مهار شده باشد مامور برای بررسی کنتور به درب منزل شهروندان مراجعه می کند، عدد واقعی قبض قرائت شده و در آن زمان هزینه واقعی آب مصرفی به دست آمده و لحاظ می شود. اگر مبلغ محاسبه شده در قبوض پرداخت نشده که تسویه و یا برگشت داده می شود و اگر پرداخت شده باشد به شکل بستانکاری محاسبه می شود.

مدیر شرکت آب و فاضلاب استان بوشهر با بیان اینکه صدور قبوض چند برابری واقعیت ندارد، گفت: اگر چنین موضوعی رخ داد، مشترکان می توانند عبارت رقم کنتور*شماره پرونده*۲ را به شماره ۳۰۰۰۷۷۱۵۲۲ پیامک نمایند تا قبض با میزان واقعی آب مصرفی برای آنان ارسال شود.

حمزه پور عنوان کرد: این شرکت به صورت شبانه روزی در حال خدمات رسانی است و مطمئنا در این شرایط و به رغم مشکلات شدید مالی هرگز قبض غیر واقعی صادر نمی کند و بابت دریافت مطالبات قانونی خود نیز - بنا به تاکید وزیر محترم نیرو و دولت- اقدام به قطع انشعاب یا حتی صدور اخطار نخواهد کرد و با تلاش شبانه روزی جهت تامین پایدار آب در سطح روستاها و شهرها و رونق فعالیت های آبرسانی در کنار مردم شریف خواهد بود.

دچار وسواس کرونا نشویم

آیدا چوبساز- دانشجوی دکترای روانشناسی

در ایام قرنطینه و کرونا یکی از عوامل مهم اشتغال ذهنی وسواس است. تصور کنید فکری به‌طور مداوم در ذهن شما تکرار می‌شود و نمی‌توانید از آن اجتناب کنید، برای اینکه آن فکر را آرام کنید، دست به اعمال خاصی می‌زنید، آن فکر می‌تواند آسیب‌رساندن به دیگری یا خود، شک مذهبی، دودلی، نگرانی بیش از اندازه از بیمارشدن و.... باشد که می‌تواند با اعمالی مثل تقارن، مرتب‌کردن، شستن، تمیزکردن، شمردن و... موقتا آرام شود.
این اعمال وقت زیادی می‌گیرد، کارهای روزمره را به تأخیر می‌اندازد و باعث می‌شود از بعضی مکان‌ها اجتناب و دوری کرد. وسواس در دوران قرنطینه می‌تواند وسواس‌هایی مانند شست‌وشوی بیش از اندازه باشد که باعث افت عملکرد روزانه ما شود، وقت زیادی را از ما بگیرد و دغدغه فکری پررنگی برای ما باشد یا اینکه حس کنیم تهدیدی در راه است و کنترل بر موقعیت نداریم یا نگرانی مربوط به آلودگی در محیط اطراف به صورت مداوم، فکر اینکه حتما دچار کرونا شده‌ایم و ... این یک بیماری لاعلاج است.
سوال اینجاست که چرا کارهای عملی که می‌کنیم باعث آرامش‌مان و ازبین‌رفتن وسواس‌مان نمی‌شود؟ چون این اعمال موقتا اضطراب را کم و چرخه مجددی برای اضطراب شروع می‌کند که مدام میل به تکرارش داریم و برای همین است که درمان هم روی قطع‌شدن این چرخه تمرکز دارد.
می‌شود گفت وسواس نوعی هشدار غلط مغز است، مغز شما با مضطرب‌کردن‌تان اطلاع می‌دهد که در خطر هستید، در صورتی که خطری وجود ندارد، مثل ترس (عبور از خیابانی که کامیون به طرف شما می‌آید)، مغز شما در زمان وسواس همین پیغام را می‌دهد، اما در زمان غلط، سعی کنید از جاده‌ای که کامیون به طرف شما می‌آید، فاصله بگیرید.
گرچه درمان وسواس نزد روانشناس و روانپزشک به صورت کامل یا نسبتا کامل امکان‌پذیر است، اما می‌شود به راهکارهایی برای شرایط فعلی اشاره



کرد تا از علایم آگاه شویم:
۱- نقش خانواده :الف) خانواده‌های فرد مبتلا گاهی رفتارهای غلطی دارند که باعث شدت بیشتر وسواس می‌شود، برای مثال از مشارکت‌کردن در رفتار وسواسی باید اجتناب شود، مثلا اگر طرف مقابل شما وسواس شست‌وشو دارد و از شما می‌خواهد دست‌تان را چند بار بشویید، نباید به خواست فرد چند بار دست شسته شود./ ب) کمک به دوری‌گزینی نکنید، اینکه از چیزهایی که آزارش می‌دهد، دور شود، برای او مفید نیست و باید با مشکلات وسواسی‌اش روبه‌رو شود./ ج) تغییر در کارهای روزمره به علت وسواس طرف مقابل‌تان نداشته باشید که شاید باعث آرامش او شوید. مثلا اگر از شما می‌خواهد هر روز یک کار مشخصی برای او انجام بدهید که به آرامش موقتش کمک کند، نیازی نیست آن را انجام دهید.
۲- یک تصویر ذهنی سه بعدی بسازید، برای مثال اگر شک دارید به محیط اطراف الکل زدید، تصور کنید این کار را انجام داده‌اید.
۳- فکرها و عمل‌های وسواسی را یاداشت کنید، مهم است که بدانید چقدر رفتارهای تکراری دارید.
۴- دوره نگرانی‌کردن داشته باشید، برای مثال ۱۵ دقیقه در روز فقط به نگرانی‌های خود فکر کنید، بدون سعی در اصلاح آنها یا سرزنش‌کردن خودتان، بعد چشم‌ها را بسته و ۱۰ تا یک را بشمارید و نفس عمیقی بکشید و دوباره کارهای روزمره را از سر بگیرید.
۵- نسبت دادن دوباره: به خودتان بگویید من می‌دانم وسواسم مربوط به عدم تعادل زیستی است، این من نیستم، این اختلال من است و خودم را مقصر نمی‌دانم و دوباره کارهای روزمره را از سر بگیرید.
۶- افکار وسواسی خود را ضبط کنید و در طول روز به آن گوش دهید. وقتی این کار را انجام می‌دهید، اضطراب شما نسبت به فکرهایتان کم و از غیرعادی‌بودن آن کاسته می‌شود.
۷- اخبار و مطالب موثقی درباره کرونا بخوانید و گوش دهید، هر خبری را پذیرا نباشید، فقط اخباری از منابع موثق را مدنظر قرار دهید.
۸- دقت کنید آیا شستن دست‌هایتان طبق توصیه است یا حالت آیینی و اجبارگونه است، به گونه‌ای که مدام برای آن نگران هستید.
۹- کتاب‌هایی مثل درمان وسواس از لی براسان با ترجمه حمید نصیری، رهایی از وسواس نوشته هایمن با ترجمه قاسم‌زاده و... می‌تواند به کشف شما از وسواس کمک کند.
و در نهایت اینکه برای درمان وسواس در دسترس باشید، یعنی از اطرافیان و درمانگر کمک بخواهید.

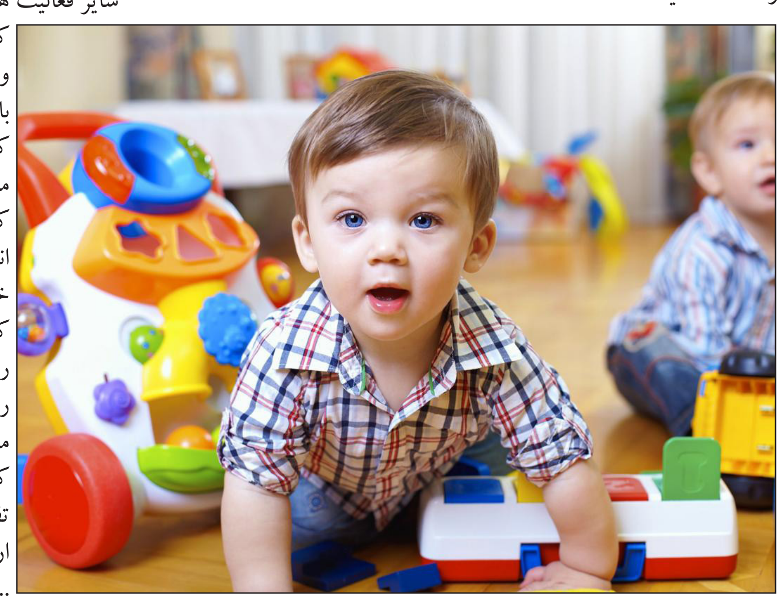
مصاحبه با دکتر مولود کیخسروانی روانشناس و عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی بوشهر:

راهکارهای عملی برای آشنائی و توضیح شرایط کرونایی به کودکان

- چنانچه مطلعید ویروس جهانی کرونا زندگی را بکلی دگرگون نموده است، در این شرایط کودکان ممکن است دچار چه اضطراب و استرسی شوند؟
- نشانه های اضطراب در کودکان با بزرگسالان متفاوت است، نشانه های اضطراب کودکی می تواند بدرفتاری، وابستگی، سختگیر شدن، بدقلق و زودرنج شدن، پرتکاپو و پرهیجان و پرجنب و جوش شدن باشد و گاهی کودکان خودشان هم متوجه نمی شوند که رفتارهایشان تغییر کرده است، بنابراین کودکان نیاز به بزرگترها دارند که شرایطی که در آن قرار گرفته اند را برای کودکان توضیح دهند. از لحاظ عاطفی باید بچه ها را حمایت کنیم و یک نکته ای که خیلی اهمیت دارد صحبت کردن راجع به احساسات بچه ها است، چون خیلی از مواقع بچه ها احساسات خود را نمی شناسند و به خاطر همین است که ماها به طور کلی و مخصوصا در شرایط فعلی از والدین می خواهیم که بچه ها را با احساساتشان آشنا کنند و بچه ها شاید حتا اسم خیلی از احساساتشان را نمی دانند، بنابراین درباره احساس بچه ها با آنها صحبت کنید، راجع به آن اطلاعات کسب کنید که تحت چه شرایطی ایجاد شده و چه نشانه هایی دارد و چه رفتاری را در شما ایجاد می کند و بعد همه ی این ها را با زبان ساده به کودکان بگوئیم که اینها به عنوان مثال نشانه های اضطراب در شما می باشد. بنابراین پیشنهاد می شود که با بچه ها راجع به احساساتشان صحبت شود و موقعیت را برایشان تشریح کرد و از لحاظ عاطفی از آنها حمایت کرد.
- چه راهکارهای برای توضیح شرایط کرونایی و آشنائی کودکان با آن وجود دارد؟
- راهکارهای مختلفی وجود دارد اما شاید کامل ترین و کاربردی ترین آنها راهکارهایی است که توسط یونیسف صندوق کودکان سازمان ملل متحد ارائه شده، اول این که از کودکان سوال کنید و به سوالات آنها پاسخ بدهید، همان طور که گفتم خیلی از مواقع کودکان شرایط را درک نمی کنند و نیاز است تا این موقعیت را برای کودکان تشریح کنید. اطلاعات درست به آنها بدهید و این را به آنها بفهمانید که ترس داشتن در موقعیتی که این قدر مبهم است طبیعی است و کودک و بزرگسال ترس را در این موقعیت تجربه می کند، ولی تا حد معقول و منطقی باید این ترس را تجربه کند. مورد دیگر این که با کودکان روراست باشیم و واقعیتها را به آنها توضیح دهیم و کودکان هم مثل بزرگسالان حق دارند از محیط اطراف خود آگاه باشند و جواب سوالات آنها را بدهید و اگر پاسخ سوالی را نمی دانید سعی نکنید کودک را فریب یا اطلاعات غلط به کودک دهید و بررسی بیشتری انجام دهیم تا پاسخ سوال آنها را بدست بیاوریم. مورد سوم این که به کودکان مراقبت و حفاظت از خودشان را آموزش دهیم و البته نیاز نیست که خیلی گفتگوهای ترسناک داشته باشیم. خیلی از والدین ممکن است که برای این که کودک به توصیه های بهداشتی گوش دهد کودک را بترسانند و موقعیت



را ترسناک توضیح دهند و مثلاً بگویند اگر دستت را نشوری حتماً مریض می شوی و تو را به بیمارستان می برند و آمپول می زنند و ... همان طور که می دانیم کودکان کمتر در معرض این بیماری قرار دارند و در این شرایط که همه ی خانواده ها هم رعایت مسائل بهداشتی و ایمنی را می کنند و بچه ها هم کمتر بیرون می روند، شاید شست و شوی وسواس گونه ی دستها و یا سایر رفتارهای افراطی برای کودکان الزامی نباشد. بنابراین کافی است رفتارهای خودمراقبتی را در حد تفریح و یا به نوعی بازی برای بچه ها تبدیل کنیم و حتما به آنها



خاطرنشان کنیم که اگر آنها مریض شدند به پدر و مادر اطلاع دهند.
مورد چهارم این که به کودکان اطمینان خاطر بدهیم و بگوییم که احتمال بیمار شدن آنها خیلی کم است و اگر شما بیمار شدید پدر و مادر، پزشکان و پرستاران و افرادی هستند که مراقب شما باشند و اجازه ندهند که بیماری خیلی باعث اذیت و آزار شما شود. نکته ی بعدی که راهکار پنجم یونیسف ارائه داده است این است که مراقب باشیم که شروع به سرزنش های نژادی نکنیم. واقعیت این است که کسی عامل اصلی این بیماری نیست، به هر حال یک اتفاقی است که از هر جای دنیا ممکن بود که شروع شود و بنابراین مراقب تبعیض های نژادی باشید.
مورد ششم از دیگران کمک گرفتن است. به بچه ها یادآوری کنیم و اطمینان خاطر بدهیم که افرادی هستند در هر موقعیتی به ما کمک بکنند. مورد هفتم که والدین خودشان هم باید مراقب خودشان باشند و ما زمانی کودکان سالم داریم که از لحاظ روحی و چه از لحاظ جسمی، پدر و مادرهای سالمی وجود داشته باشند و در واقع این کودکان در خانواده های سالم باید زندگی بکنند. مورد آخر این که در حین صحبت با کودکان خیلی مراقب حالات بدنی و نشانه های غیرکلامی خودمان باشیم و خیلی از مواقع آن پیامی که به کودک منتقل می کنیم، با آن حالت بدنی که آن پیام را منتقل می کنیم مغایرت دارد و معمولاً آن چیزی که کودکان از آن اطلاعات بیشتری می گیرند حالت غیرکلامی است. در واقع اگر شما با کلام تان بخواهید کودک را به آرامش دعوت کنید ولی در این حالت چهره و بدن شما به شدت نگران و مضطرب باشد، قطعا کودک آن اضطراب را از شما دریافت می کند نه آن پیامی که شما قصد دارید از طریق آن کودک را آرام کنید.
- در این شرایط که کودکان مدتها در قرنطینه هستند، چه برنامه هایی می توانیم برای آنها داشته باشیم؟
- نیاز است یک برنامه ی منظم و مشخص برای بچه ها داشته باشیم، داشتن یک برنامه ی منظم و قابل پیش بینی احساس آرامش را به کودکان می دهد، چون که یک نظمی و برنامه ای وجود دارد برای این که کودک بداند چه کاری را در چه زمانی باید انجام دهد. بنابراین زمان مشخصی را برای استفاده از موبایل و بازی کردن با دوستان، درس خواندن و سایر فعالیت های کودک مشخص کنید. یک سری کارهایی که همیشه توصیه می شود و شاید الان نیاز بیشتری به آنها داشته باشیم برای این که بچه ها را سرگرم کنیم مثل کمک کردن در کارهای منزل، آشپزی کردن، کیک درست کردن، بازهای خانوادگی داشتن و... انجام دهیم. کودکان بزرگتری که خودشان می توانند در تهیه ی برنامه کمک بکنند، از خودشان برای برنامه ریزی کردن و نظم بخشی به ساعتهای روزشان کمک بگیریم. می دانیم که موقعیتهایی را داریم تجربه می کنیم که با تعطیل شدن مدارس خیلی از تفریحات بچه ها مثل پارک رفتن، ارتباط داشتن، منزل دوستان رفتن و ... هم از بین رفته است. در زندگی کودکان مخصوصا برای نوجوانان این غم بزرگی است و خیلی بزرگتر از آن چیزی که ما به عنوان پدر و مادر و بزرگسال داریم آنرا تجربه می کنیم و سعی کنیم ایده هایی داشته باشیم برای بچه هایی که کمی حواس آنها را از این فاجعه پرت کند و در واقع اگر قرار باشد یک سرگرمی و یک ایده ی جدید برای بچه ها نداشته باشیم این باعث می شود که قطعاً روزهای قرنطینه که سختی های خاص خودش را دارد، آن را برای بچه هایمان سخت تر کند، بنابراین حتماً نیاز است که زمان فراغت بچه ها را برای آنها پر کنیم.

۲ پویش اجتماعی در استان بوشهر کلید خورد

بوشهر-ایرنا- مدیرکل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری بوشهر گفت: پویش‌های اجتماعی "حال خوب" و "نه به خبر بد" در این استان آغاز شده‌است.
محمد مظفری در این ارتباط افزود: برخلاف رسانه‌های سنتی موجود در جامعه که با قوانین متعددی نظارت می‌شوند فضای مجازی امکاناتی را در اختیار افراد قرار داده تا خود به عنوان رسانه مطالب و محتواهای تولیدی را بدون نظارت منتشر و بازنشر کنند
وی بیان کرد: در فضای مجازی مطالبی نشر می‌شود که تعیین موثق یا شایعه بودن آن بسیار سخت است و تنها راه مقابله با این جریان قانون مداری شهروندان است که نظارت بر نشر مطالب در فضای مجازی را از خودمان آغاز و تصمیم بگیریم با تولید محتوای علمی و اخبار موثق و منتشر نکردن اخبار و عکس‌های غیر موثق به این جریان کمک کنیم.
مظفری ادامه داد: بر همین اساس برای ترغیب شهروندان به منتشر نکردن خبرهای غیر موثق، فیلم و ویدیوهای خشن، غیر اخلاقی و خصوصی افراد با همکاری سازمان‌های مردم نهاد و رسانه‌ها پویش نه به خبر بد را کلید زده که با استقبال خوب هم استانی‌ها نیز روبرو شده‌است.
مدیرکل دفتر امور اجتماعی استانداری بوشهر، اهداف پویش حال خوب را تشویق و ترغیب منتشر نکردن اخبار، تصاویر و فیلم‌هایی نادرست عنوان کرد.
مظفری ادامه داد: برای ترغیب مشارکت شهروندان فراخوان مسابقه‌ای هم در این زمینه منتشر شد که قرار است به فعال‌ترین سازمان مردم نهاد، رسانه مجازی، رسانه مکتوب، نهاد، سازمان و دستگاه اجرایی، شرکت و نهاد اقتصادی و تجاری که در این پویش مشارکت کنند، جوایزی اهدا شود.
مظفری یادآور شد: آخرین مهلت ارسال آثار به این جشنواره ۱۵ خردادماه است.

استاندار بوشهر:

جامعه باید همچنان نسبت به کرونا حساس باشد

ایسنا/بوشهر استاندار بوشهر بر رعایت پروتکل های بهداشتی و نظارت جدی و سختگیرانه نظارت بر این پروتکلها از سوی واحدهای صنعتی استان تاکید کرد.
عبدالکریم گراوند در نشست ستاد استانی مقابله با کرونا با محوریت واحدهای صنعتی استان اظهار کرد: با توجه به اهمیت کار واحدهای صنعتی و اقتصادی در استان؛ ضرورت دارد این واحدها با رعایت جدی پروتکل های بهداشتی و نظارت مدیران بر این پروتکل ها به فعالیت بپردازند.
وی بیان کرد: باز شدن برخی صنوف به معنی عادی شدن شرایط مقابله با کرونا نیست؛ ادامه تعطیلی مدارس، دانشگاه ها و مراکز مذهبی نشان دهنده این است که مقابله با کرونا همچنان جدی است.
استاندار بوشهر گفت: با تلاش تیم پزشکی و کادر درمانی و همکاری مردم، کشور ما در مقابله با کرونا وضعیت مناسب تری در مقایسه با کشورهای بزرگ دارد اما این به معنی این نیست که از مقابله با کرونا غفلت کنیم.
گراوند افزود: جامعه باید همچنان نسبت به بیماری کرونا حساس باشد چرا که اگر غفلت کنیم شاهد اتفاقات تلخی خواهیم بود.
به گزارش ایسنا، مقام عالی دولت در استان بوشهر بر رعایت پروتکل های بهداشتی و نظارت جدی و سختگیرانه نظارت بر این پروتکل ها از سوی واحدهای صنعتی استان تاکید کرد و گفت: مدیران واحدهای صنعتی استان، نظارت جدی و سخت گیرانه بر رعایت بهداشت فردی و فاصله گذاری اجتماعی را در واحدهای مربوطه انجام دهند.
وی با قدردانی از وزیر نفت در ابلاغ دستورالعمل های سخت گیرانه برای رعایت پروتکل های بهداشتی جهت مقابله با کرونا افزود: هرگونه اغماض و سهل انگاری در این زمینه ما را پشیمان می کند.

سالمندان را فراموش نکنیم

یونس قیصی زاده

در خبرها آمده بود که «دانش آموزان کانادایی برای سالمندانی که در قرنطینه کرونا تنها مانده اند، یک خط ویژه راه اندازی کرده اند تا آنها در مواقع تنهایی بتوانند به این خط، تلفن بزنند و دانش آموزان برای آنها کتاب و شعر بخوانند یا لطیفه تعریف کنند».
قرنطینه باعث تنهایی افراد زیادی شده است خصوصا پدربزرگ ها و مادربزرگ ها و سالمندانی که روزها را به امید دیدن فرزندان و نوه ها و اقوام و بستگان و دوستان طی می کنند تا دورهمی باشد و ذکر خاطراتی از گذشته و محفل گرمی و لذت از بودن با دیگران، اما همه اینها این روزها از آنها گرفته شده و تنها در خانه برای دوری از کرونا مانده اند و این تنهایی وقتی که مهارت حضور در فضای مجازی و استفاده از تلفن های همراه هوشمند را نداشته باشند، دو چندان میشود.
شکی نیست که حفظ روابط اجتماعی و دوستانه با سالمندان در حفظ سلامت هیجانی آنها نقش مهمی دارد. سالمندی فرصتی برای لذت بردن از زندگی هست، با کاهش نقش های شغلی، ایام فراغت بیشتر برای دنبال کردن فعالیت های مورد علاقه و به نتیجه رسیدن زحمات و تلاش های دهه های گذشته، حس یکپارچگی و رضایت از زندگی در آنها نقش می بندد.
سازش یافتن با محدودیت ها و مشکلات قرنطینه بودن برای سالمندان مشکل هست و در این شرایط ضروری است که به یاری آنها بشتابیم و آنان را از



یاد نبریم خصوصا اینکه پخش اخبار خطر ابتلای بیشتر آنان به کرونا مرتب به گوششان میرسد و این بیماری نگرانی بیشتری را برای آنها بهمراه دارد.
در این اوقات ناخوش، سعی کنیم به بهانه های مختلف با آنها تماس تلفنی بگیریم و از احوالشان جویا شویم و درباره مسائل روزمره و خوشایند با آنها به گفتگو بپردازیم، اگر مهارت استفاده از تلفن همراه در فضای مجازی را دارند، سعی کنیم با تماس های تصویری روحیه آنها را شاد نگه داریم و حس اهمیت داشتن و مهم بودن را همچنان به آنها منتقل کنیم.
فرزندان خود را تشویق کنیم تا مرتب با آنها در ارتباط تلفنی و مجازی باشند و به تبادل مطالب جالب و معرفی فیلم و سریال و برنامه های تلویزیونی و دیگر رسانه های مورد علاقه آنها اقدام کنند.
بررسی های روانشناسی نشان داده که انسانها هنگام بیاد آوردن تجربه های مثبت خوشحالتر هستند، به خصوص زمانی که با عینک مثبت نگر نوستالژی به آنها نگاه می کنند، به همین دلیل است که روانشناسان توصیه میکنند زمانی را برای به یاد آوردن خاطرات شیرین گذشته اختصاص دهیم و چه کاری بهتر از اینکه عکس های قدیمی و خاطره انگیزمان را در گروههای خانوادگی به اشتراک بگذاریم و از پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها و والدین و بقیه بخواهیم خاطراتشان را در این باره بیان کنند.
حفظ سلامت جسمی و رعایت نکات بهداشتی سالمندان باید در الویت باشد و از اینرو تشویقشان کنیم تا ورزش های ساده و متناسب را انجام داده و یا در خانه قدم بزنند و همچنین نسبت به مصرف داروهای خود به موقع اقدام کنند، ضمن اینکه از وضعیت اقتصادی آنان نیز غافل نشده و چنانچه مشکل مالی دارند آنرا رفع کرده و یا در خرید مایحتاج به آنها برای خارج نشدن از خانه، کمک کنیم.
طی این روزهای قرنطینه نیازمند یادگیری استفاده لذت بخش از اوقات فراغت هست و بنابراین تجربه های خود در این زمینه را با سالمندان در میان بگذاریم و آنان را تشویق به انجام فعالیت ها و برنامه های جدید کنیم.
آخرین توصیه های بهداشتی و نکات ایمنی را درباره خرید و استفاده از مواد غذایی و شستشو و ... را با آنها در میان بگذاریم و با دادن خبرهای خوب و سخنان امیدوار کننده سعی کنیم از استرس و اضطراب آنها بکاهیم.
آرتور شوپنهاور میگوید: "آسایش خاطر و امنیت، نیازمندی های اولیه سنین پیری هستند".
در این روزهای سخت سالمندان را از این دو نعمت محروم نکنیم.

تلفن های تماس
۰۹۱۷۷۷۲۳۹۰۹
۰۷۷۳۳۳۲۵۹۰۰
۰۷۷۳۳۳۲۸۱۵۱

هفته نامه نسیم جنوب،
دیرپاترین نشریه تاریخ بوشهر

هفته نامه سیاسی، فرهنگی، اقتصادی، ورزشی

نسیم جنوب

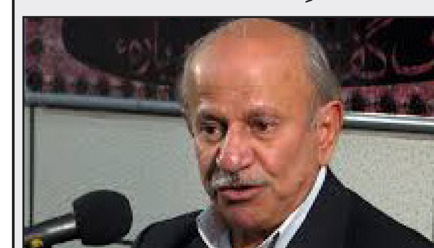
nasimjonoub.com

صاحب امتیاز: دکتر امیر خلف پور
مدیر مسئول و سردبیر: یونس قیصی زاده
نشانی: بوشهر، میدان قدس،
کوچه بوستان ۳۰ (جانباز)، دفتر نسیم جنوب
تلفن: ۰۷۷-۳۳۳۲۵۹۰۰ فاکس: ۳۳۳۲۸۵۱
تلفن همراه: ۰۹۱۷۷۷۲۳۹۰۹
ایمیل: info@nasimjonoub.com
صندوق پستی ۱۱۹۹
لیتوگرافی و چاپ: کارگر



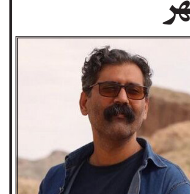
یادداشت های منظوم دکتر جعفر حمیدی (۶)

به بوشهر رفتم در آغازِ راه/ به دانشگهِ آزاد شد جایگاه



مرخص شدم ماه اردیبهشت
برفتم از آن شهر عنبر سرشت
به بوشهر پرواز کردم سریع
که آنجا بد از بهر من بس بدیع
چو رفتم اداره همان دوستان
گرفته بهانه بسی هر زمان
ولی با همه خصلت کج روان
شدم از دبیری خود شادمان
همیشه به کارم موفق بُدم
به شغل و کلاسم به رونق بدم
به سال هزار و سه صد چهل و سه
شدم مزدوج چون حساب هندسه
یکی خوب زن برگزیدم به مهر
که تبدیل شد زندگانی به شعر
سه فرزند دارم از آن نیک زن
که باشند همواره غمخوار من
یکی هست دندان پزشکی بصیر
یکی در کتابداری شد بی نظیر
سوم در تخصص، زبان خوانده تفت
مترج بود در ادارات نفت
خودم نیز تا دکتری تاختم
به بی دانشی، سر نینداختم
شدم اوستاد دو دانشکده
گرفتم من از رنج خود فایده
به دانشگهِ من که دیرینه است
به علم و اَدب نیز پیشینه است
رسیدم به بالاترین مرتبه
گذشتم ز عالی ترین مرحله
چو وقتم در آنجا به پایان رسید
شدم بازنشسته ولی پر امید
به من راه تدریس بس باز بود
دوباره سرآغاز آواز بود
به بوشهر رفتم در آغازِ راه
به دانشگهِ آزاد شد جایگاه
که بیست و سه سال اندر آن جایگاه
بکردم به هر هفته ای طی راه
سفرهای هر هفته ی پر خطر
نمودم گذر لیک بی دردسر
که طیاره ها هشتشان هفت بود
دل و عشق در سینه پر تفت بود
که الان بیفتد به روی زمین
و یا نقص فنی بُود در کمین

فراخوان همایش موسیقی‌پژوهی استان بوشهر



بوشهر-ایرنا-فراخوان نخستین «همایش موسیقی‌پژوهی بوشهر» توسط انجمن موسیقی این استان منتشر شد.

مسئول انجمن موسیقی استان بوشهر در این ارتباط گفت: این همایش در اجرای سلسله برنامه‌های این انجمن با عنوان «دستان» با همکاری موسسه فرهنگی هنری «دی بآذر» برگزار می‌شود.

حماسه حق‌پرست در باره محورهای موضوعی این همایش پژوهشی بیان کرد: بداهه‌نوازی، سازشناسی و گذری بر ساخت سازهای موسیقی بوشهر، «چهره‌های موسیقی در بخش‌های مذهبی، بزمی و سنتی که می‌توان یکی از بخش‌ها را مورد تحقیق و پژوهش قرار داد، موسیقی مذهبی، آیینی و کار (کارآواها) در موسیقی بوشهر» از جمله محورهای این همایش است. وی افزود: موسیقی آوازی بوشهری شامل شروه خوانی، بیت‌خوانی، جنگنامه و شاهنامه خوانی، مناجات خوانی، چاووشی خوانی، مرثیه، مصیبت خوانی، پیشینه‌شناسی سازهای نی‌جفتی و نی‌انبان و نوازندگی این دو ساز، گروه‌نوازی، شادمانه‌ها در موسیقی بوشهر، پیشینه موسیقی سنتی در بوشهر (موسیقی کلاسیک و دستگاهی) و ترجمه متون مرتبط با موسیقی بوشهر (متن اصلی باید همراه با ترجمه فرستاده شود) از دیگر محورهای موضوعی همایش موسیقی پژوهی استان را تشکیل می‌دهند. حق پرست در مورد اهداف برگزاری این همایش گفت: ترویج و اشاعه زمینه‌های پژوهشی و تحقیقاتی در این هنر، شناسایی استعدادهای مطلوب در بخش‌های مقاله و نوشتار موسیقی، فراهم‌سازی زمینه مناسب برای حمایت از اهالی حوزه پژوهش در هنر موسیقی و گردآوری مجموعه‌ای از جستارها و نوشتارهای موسیقی بوشهر اهداف نخستین همایش موسیقی‌پژوهی استان بوشهر را تشکیل می‌دهد.

اسیر استرس کرونا نشویم

مواظبت از سیستم ایمنی روان در مقابل کرونا

یونس قیصی زاده



پسر دایی یکی از دوستان که جوان هم بوده، نگران از بیماری کرونا فکر میکند به کرونا مبتلا شده و به بیمارستان مراجعه و آزمایش کرونا داده و سپس با فکر کرونا به قرنطینه خانگی رفت، متاسفانه وی چند روز بعد در قرنطینه سکته کرد و درگذشت، هم اکنون جواب آزمایش کرنای وی منفی اعلام شده است.

استرس کرونا این روزها دست از سر ما بر نمیدارد، در انبوهی از اطلاعات و اخبار و حوادث مربوط به کرنا گرفتار شده ایم بطوریکه خیلی از مردم در حال گذراندن یک زندگی کرونایی هستند، آنچه روشن است اینکه در مقابل کرونا باید با جدیت تمام موارد بهداشتی و ایمنی را رعایت کنیم و از حضور در مکانها و انجام کارهایی که ممکن است کرونا را به همراه داشته باشد، خودداری کنیم.

اما نباید اجازه دهیم تا استرس کرونا زندگی ما را فلج و از درون ایمنی ما را تضعیف کند.

روانشناسان اجتماعی معتقدند که هرچه آوردن اطلاعات به ذهن آسانتر باشد، اثر آن بر زندگی و تصمیم گیری های ما بیشتر هست (گمانه زنی دسترسی پذیری)، علاوه بر آن هرچه اطلاعات بیشتری را بتوانیم به ذهن بیاوریم، این دسترسی پذیری راحت تر انجام میگیرد. به نظر میرسد که ما اکنون در معرض حجم انبوهی از اطلاعات مربوط به کرونا قرار گرفته ایم که به راحتی به ذهن میایند و سطح دسترسی پذیری به آنها را بالا برده، در نتیجه زندگی ما به سرعت تحت تاثیر افکار مربوط به کرنا قرار گرفته است.

به علاوه این مهم به دسترسی پذیری فزاینده حاصل از قرار گرفتن در معرض محرک ها و رویدادهای خاص نیز، بستگی دارد (راه اندازی).

مثال مشخص این موضوع مربوط به آنچه "نشانگان دانشجوی پزشکی" می گویند، هست. در جریان سال اول دانشکده پزشکی بسیاری از دانشجویان بعد از آشنایی مختصری که با بیماری ها و نشانه های آن پیدا می کنند، وضعیتی را تجربه می کنند که حاکی از نگرانی ابتلا به بیماری های شدید خودشان یا دیگران هست، بطوریکه با یک سردرد خفیف ممکن است خیال کنند که یک غده مغزی در سر دارند یا با یک گلو درد خفیف احتمال بیماری کشنده و کمیابی را برای خود میدهند.

روانشناسان اجتماعی معتقدند که این دانشجویان بدلیل اینکه بطور مرتب در کلاسهای خود درباره بیماریهای مختلف در حال مطالعه و یادگیری اطلاعات هستند، در نتیجه اطلاعات پزشکی از لحاظ دسترس پذیری افزایش می یابد که منجر به این میشود که با کوچکترین نشانه، مقدار زیادی از اطلاعات به آسانی به ذهن آنها هجوم آورده و بدترین شکل بیماری را در ذهن خود مجسم کنند.

دسترس پذیری و راه اندازی در عمل هم برای ما زیاد پیش آمده است، همانند لحظاتی که پس از دیدن فیلم های ترسناک با دیدن سایه ها و یا شنیدن صداهای معمولی، آسانتر میترسیم، برای اینکه افکار مربوط به رویدادهای ترس آفرین و خاطرات زمانهایی که ترسناک بوده اند، به وسیله محتوای فیلم راه اندازی و در دسترس آسانتر قرار گرفته اند.

بنظر میرسد که این روزها استرس ناشی از کرونا با کمک حجم انبوهی از اطلاعات و دسترس پذیری آن در افکار و ذهن ما به راحتی راه اندازی شده است و برای همین باید اجازه ندهیم تا بر ذهن و روان ما اثر مخربی بگذارند. ضمن اینکه بار دیگر تاکید میشود که با جدیت موارد بهداشتی و ایمنی مقابله با کرونا را بدقت انجام دهیم، اما جلوی اضطراب ناشی از بیماری کرونا نیز مقاومت کنیم.

شیرین کردن روزهای تلخ کرونا

این روزها به‌واسطه نگرانی از شیوع ویروس کرونا، توصیه جدی به ماندن در خانه و جمع خانوادگی می‌شود. شاید این هم یک فرصت و توفیق اجباری باشد تا قدری بیشتر همدیگر را در جمع خانواده بشناسیم، خصوصاً فرزندان‌مان که ممکن است بنا به‌دلایل مختلف از دنیای آنها جدا افتاده باشیم.

این روزهای ماندن در خانه بهترین فرصت است تا با ارتباط نزدیک‌تر با فرزندان‌مان، به دنیای آنها وارد شده و با آن آشنا شویم. سعی کنیم در این روزهای سخت، ماندن در خانه را برای آنها مطلوب و تحمل‌پذیر کنیم. فیلم دیدن یکی از راه‌های ورود به دنیای آنهاست، کنار آنها بنشینیم و ببینیم از دیدن چه فیلم‌هایی لذت می‌برند؛ فیلم‌ها و سریال‌هایی که شاید برای ما حوصله‌سر بر و عجیب و غریب باشد، فیلم‌های پر از خشونتی که شاید از دیدن آنها ناراحت می‌شویم، فیلم‌های فضایی و تخیلی که شاید برایمان مسخره به‌نظر بیایند، انیمیشن‌هایی را به همراه آنها ببینیم که تعجب می‌کنیم از این همه تخیل و زیبایی و... بگذاریم فیلم‌ها را بر اساس سلیقه‌ی خودشان انتخاب کنند و ما کنار آنها ببینیم و در موردشان با هم حرف بزنیم.

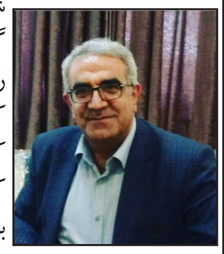
این روزها نصیحت و اندرزهای گرانبهایمان را تعطیل کنیم، در این ایام ویژه و خاص، پیله کردن‌های بجا و نابجا را ممنوع کنیم، صفحه بهانه‌گیری‌های ضروری و غیر ضروری را ببندیم، دور مشکلات ریز و درشت قدیمی و جدید اختلاف با همسرمان را خط بکشیم، زنده و بازگو کردن دلخوری‌ها و گلایه‌های قبل از ازدواج تا الان‌مان را برای بعد بگذاریم.

وقت برای تربیت و استفاده از تجارب تمام نشدنی والدین و بیان مکرر آنها در آینده هم هست، این روزهای با هم ماندن اجباری در خانه را به علایق فرزندانمان اختصاص دهیم، بگذاریم این شرایط استرس‌زا برای آنها سخت‌تر نشود،

فضای آرام و مناسبی را برای فرزندان‌مان در این روزهای دلهره‌آور به‌وجود بیاوریم، با رفتار و گفتار و تذکرات و... بر استرس و اضطراب آنها اضافه نکنیم. با حفظ آرامش و تزریق انرژی و رفتار شایسته در جمع خانواده، این تهدید خطرناک و جدی کرونا را به فرصت با هم بودن خانواده تبدیل کنیم.

دانش آموزان؛ تنبیه دیروز تشویق امروز

دکتر سعید معدنی

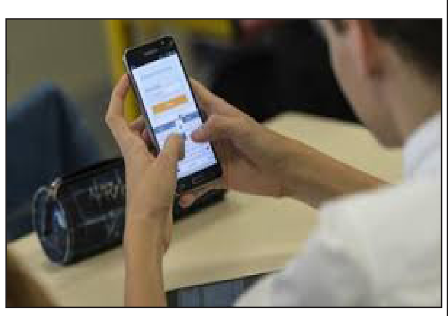


شیوع بیماری کرونا ابعاد گوناگونی از زندگی مان را تحت تاثیر قرار داده که بعضا به آنها توجه نمی کنیم؛ اما وقتی دقت می کنیم می بینیم بسیار مهم بوده و احتمالا در آینده در مناسبات اجتماعی تاثیر زیادی خواهد گذاشت.

به باور عده ای اگر دوره حضور این بیماری طولانی شود، شاید بتوان جوامع را به قبل و بعد کرونا تقسیم کرد. دوره ی بعدی که معلوم نیست به دمکراسی و آزادی بیشتر منجر شود، و یا شاید بواسطه گسترش بیکاری و فقر و از هم پاشیدگی اجتماعی، دیکتاتوری هایی از جنس نظامی ظهور کنند.

یکی از اتفاقاتی که به واسطه شیوع ویروس کرونا در مدارس ایران افتاد، تشویق و ترغیب دانش آموزان به داشتن لپ تاپ و یا گوشی های هوشمند بود تا با ورود به شبکه مجازی بتوانند درس های خود را به شکل آنلاین یا ضبط شده دنبال کنند. دقیقا تشویق به کاری که قبل از کرونا تخلف بوده و تنبیه سختی به همراه داشت. قبلا اولیاء مدارس دائما به دانش آموزان القا می کردند که از این نوع گوشی ها و ورود به فضای مجازی دوری کنند و حتی جلساتی نیز برای اولیاء دانش آموزان در زمینه خطرات و پیامدهای منفی فضای مجازی، در مدارس برگزار می شد.

اگر دانش آموزی با خود گوشی به مدرسه می



برد، تذکرات جدی داده شده و بعضا با مجازات مواجه می شد. بویژه این تنبیهات در مدارس دولتی دوچندان بود. سال گذشته فرزند یکی از دوستانمان که در دبیرستان دولتی درس می خواند گوشی اش را به مدرسه برده بود، مسئولین مدرسه متوجه می شوند، والدین را به مدرسه فرا می خوانند و در نهایت گوشی تلفن همراه دانش آموز تا آخر سال در مدرسه نگهداری می شود.

معلمان داستان های زیادی از ترس و انواع تنبیه دانش آموزان بواسطه داشتن گوشی تعریف می کنند که معمولی ترین آن فراخوان اولیا به مدرسه و هشدار به آنان و اخذ تعهد از دانش آموز بوده است. اما بواسطه بیماری کرونا و دورکاری و دور تدریسی معلمان، مدارس دانش آموزان را ملزم کرده اند که باید به هر شکل، ابزاری تهیه کنند تا با ورود به فضای مجازی بتوانند در کلاسهای مجازی حاضر شوند. دقیقا همان کاری که چند ماه قبل، از ورود به آن نهی می کردند!

در یکی از مناطق فقیرنشین تهران مادری با مدرسه تماس گرفته و گفته که امکان تهیه لپ تاپ و یا گوشی هوشمند را ندارد مدیر او را راهنمایی کرده که حداقل یک گوشی دست دوم ارزان! و یا وسیله ای تهیه کند تا فرزندش از درس و مشق عقب نیفتد. دنیای عجیبی شده، همان وسیله ای که چند ماه قبل مجازات و تنبیه در پی داشت، امروز به تهیه آن ترغیب و تشویق می کنند. تا دوماه قبل، مسئولان برخی مدارس، درصورت مشاهده فعالیت دانش آموز در فضای مجازی، به وی و والدینش هشدار و تذکر می دادند، اما این روزها اگر دانش آموز در کلاس های آنلاین حضور نداشته باشد، تماس می گیرند و این بار غیبتش را یادآور می شوند.

به تعبیر عادل فردوسی پور" چه می کنه این کرونا!"

اعتراض به رئیس‌جمهور درباره توزیع حق آلایندگی عسلویه به استان‌های همجوار

ایسنا/ بوشهر: خانه احزاب استان بوشهر در مورد عدم اختصاص اعتبارات عوارض آلایندگی به برخی شهرهای استان بوشهر نامه گلایه آمیزی خطاب به به رئیس جمهور نوشته است.

پس از چندین سال کشمکش و ادعای تاثیرپذیری استان های فارس و هرمزگان از آلایندگی های عسلویه، در نهایت طی نامه ای و به دستور معاون رئیس جمهور عوارض آلایندگی منطقه عسلویه میان استان های بوشهر، فارس و هرمزگان تقسیم گردید.

این موضوع و تقسیم ناعادلانه حق آلایندگی موجب بروز اعتراضات زیادی از سوی مردم استان بوشهر، و منطقه عسلویه که بیشترین آلودگی ها را از حیث هوا، آب و خاک تجربه می کنند و همچنین سایر شهرستانها شد.

خانه احزاب استان بوشهر نیز طی نامه ای خطاب به رئیس جمهور نسبت به توزیع ناهمگون این اعتبارات اعتراض کرده است، در متن این نامه آمده است:

"جناب آقای دکتر روحانی، رئیس جمهور محترم
سلام علیکم

همانطور که استحضار دارید منطقه پارس جنوبی به عنوان بزرگ ترین میدان گازی جهان در استان بوشهر قرار گرفته و مردمان این دیار در سال های گذشته همواره میزبان شایسته ای برای تاسیسات عظیم نفت و گازی پارس جنوبی بوده اند و در این شرایط با خطرات مختلف ناشی از آلودگی های این مناطق، بیماری ها، انواع آسیب های اجتماعی، کمبود امکانات درمانی به واسطه حضور حجم انبوه نیروهای غیر بومی مواجه گردیده اند.

در حال حاضر هم با مصوبه اخیر و اقدام بدون برنامه و کارشناسی شده سازمان برنامه بودجه به اختصاص اعتبارات عوارض آلایندگی این منطقه به بخشی از استان فارس و هرمزگان و عدم اختصاص آن به برخی شهرهای همجوار این تاسیسات از جمله دیّر موجی از نگرانی و گلایه جدی شهروندان؛ فعالان سیاسی، اجتماعی و اقتصادی استان بوشهر را به دنبال داشته است.

در مورد این اقدام سازمان برنامه و بودجه ۳ سوال در ذهن متبادر می شود:

۱- چرا اعتبار عوارض آلایندگی به شهرهای لامرد و پارسیان در استان های همجوار اختصاص یافته اما به شهری همچون دیّر که در نزدیکی این تاسیسات قرار دارد هیچ درصدی اختصاص نیافته ضمن اینکه درصد اختصاص یافته به شهرهای کنگان، عسلویه و جم هم ناچیز است و عملا قدر السهم شهرستانهای استان را به دیگر استانها اعطا کرده اند؟

۲- سوال دیگر اینجاست که این اقدام سازمان برنامه و بودجه برای تعیین سهمیه عوارض آلایندگی پارس جنوبی بر اساس چه بررسی علمی و کارشناسی بوده و در کدام نقطه دیگر از کشور اجرایی گردیده و یا اینکه چرا استان بوشهر از کل کشور مستثنی شده است، امیدواریم پاسخ به این سئوال نجابت مردم فهیم نباشد، چرا که مدنیت در ایران وامدار این دروازه ورود فرهنگها، استان بوشهر است.

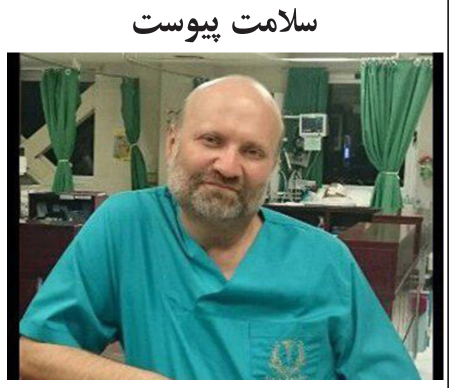
۳- اگر بنای دولت چنین است پس چرا مناطق شمالی استان بوشهر از عوارض آلایندگی مناطق نفتی گچساران و خوزستان بی بهره است؟

این رویه سازمان برنامه بودجه و حفاظت از محیط زیست کشور که فاقد هرگونه مبنای علمی است موجب اغتشاش در روابط همسایگان گردیده و به واسطه عدم رعایت عدالت در این شرایط که مردم درگیر کنترل و مهار بیماری کرونا هستند فقط دردها را افزایش داده و هیچ گونه دورنمای مناسبی به تصویر نخواهد کشید.

جناب آقای رئیس جمهور
با توجه به اهمیت موضوع و مطالبه جدی مردم استان بوشهر از جنابعالی خواهشمندیم با تدبیر به موقع از این اقدام تبعیض آمیز جلوگیری نموده و با توقف سهمیه بندی جدید نسبت به اعاده وضع به سابق دستورات لازم صادر بفرمایید."



پزشک بوشهری به شهدای مدافع سلامت پیوست



ایسنا/بوشهر دکتر «غلامرضا فخری» از پزشکان متعهد و فعال استان بوشهر است که به علت ابتلا به بیماری کووید ۱۹ به خیل شهدای مدافع سلامت پیوست.

دکتر غلامرضا فخری از پزشکان متعهد و فعال و برادر شهید محمدجواد فخری از شهدای هشت سال دفاع مقدس و فرهنگی اهل شهر برازجان مرکز شهرستان دشتستان استان بوشهر است که به علت ابتلا به ویروس کرونا به خیل شهدای مدافع سلامت پیوست و نام او به عنوان اولین شهید مدافع سلامت استان بوشهر در راه خدمت ثبت شد.

این شهید گرانقدر پس از پنج روز تحمل بیماری روز گذشته -جمعه ۲۹ فروردین ماه- به علت درگیری با بیماری کرونا در حین خدمت به خیل شهدای مدافع سلامت پیوست. شهید فخری متولد سال ۱۳۴۹ است که سال‌های متوالی در راه خدمت‌رسانی در حوزه بهداشت و درمان در بیمارستان‌های کشور و درمان ایثارگران و آزادگان خدمت کرده است.